

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian yang dipaparkan pada BAB I, serta dari hasil pengolahan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa: Berdasarkan hasil pengolahan data di atas yang menunjukkan bahwa persentase keterampilan dan nilai-nilai olahraga atlet Jawa Barat berada pada dua kriteria, yakni kriteria dengan kriteria sedang terdapat 89 atlet dengan persentase 71% dan untuk atlet dengan kriteria tinggi sejumlah 36 atlet atau secara persentase sebesar 29%, dan tidak ada atlet yang masuk pada kriteria rendah. Secara terperinci atlet perbandingan berdasarkan kategori jenis kelamin atlet laki-laki dengan dengan jumlah persentase lebih besar 31% dan nilai rata-rata 308 pada kriteria tinggi dan lebih baik dibandingkan dengan atlet perempuan, sedangkan atlet perempuan pada kriteria sedang mendapatkan nilai rata-rata 267 lebih tinggi dibandingkan atlet laki-laki yang mendapatkan kriteria sedang. Sedangkan perbandingan berdasarkan usia atlet, kategori usia di atas 17 tahun menjadi yang tertinggi dalam kriteria tinggi maupun sedang, nilai rata-rata pada kriteria tinggi sebesar 309, dan pada kriteria sedang mendapat nilai rata-rata 268. Perbandingan berdasarkan usia latihan kategori usia latihan di atas 11 tahun menjadi yang tertinggi dengan persentase 42% dan mencapai nilai rata-rata pada kriteria tinggi maupun kriteria sedang dengan nilai rata-rata kriteria tinggi 323 dan kriteria sedang dengan nilai rata-rata 274. Sedangkan untuk perbandingan berdasarkan tingkatan sabuk pada kriteria tinggi kategori sabuk merah dan sabuk meran DAN 3 mencapai nilai rata-rata tertinggi dengan score 311. Untuk kriteria sedang score rata-rata tertinggi dicapai oleh kategori sauk dan 2. Namun berdasarkan jumlah responden terbanyak ada pada tingkat sabuk merah dengan 26% dari total responden. Keterampilan dan nilai olahraga atlet taekwondo Jawa Barat berada pada tingkat tinggi, namun dari 23 nilai yang ada, hanya 5 nilai yang mencapai kriteria tinggi, yakni nilai: *understanding* (pengertian/paham), *resilience* (ketahanan), *self-esteem* (berbudi luhur), *team-work* (kerjasama tim), dan *communication* (komunikasi).

Taufik Krisna, 2021

**KETERAMPILAN DAN NILAI-NILAI OLAHRAGA PADA ATLET TAEKWONDO JAWA BARAT.**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## 5.2 Saran

Penelitian ini melaporkan bahwa secara holistik, tingkat keterampilan dan nilai-nilai olahraga atlet taekwondo Jawa Barat berdasarkan kategori sangat beragam. Keterampilan dan nilai-nilai olahraga ini seakan menjadi mata rantai yang terputus dalam pembinaan olahraga di negara kita, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembuka jalan dan kian disadarinya bahwa penerapan keterampilan dan nilai-nilai olahraga sangat penting untuk membangun para pemuda yang positif, unggul, dan berprestasi.

Berdasarkan kesimpulan yang telah dibahas, terdapat beberapa hal yang dapat dijadikan saran/masukan untuk beberapa pihak, yakni sebagai berikut:

- a. Bagi pelatih hendaknya pada saat proses pelatihan untuk menerapkan dan memberikan pembelajaran secara menyeluruh terkait dengan nilai-nilai olahraga yang dapat dipelajari.
- b. Bagi induk organisasi olahraga sebaiknya menjadikan kegiatan taekwondo sebagai alat untuk menerapkan nilai-nilai yang terkandung dalam olahraga yang bersangkutan.
- c. Bagi peneliti selanjutnya agar meneliti pada cabang olahraga yang beragam mulai dari olahraga tim, olahraga terukur maupun olahraga permainan.